Since1962. 広報湯前
あなたとまちをつなぐ情報誌
Yunomae
待って、待ってー
「漫画のまち」の一大イベント
2022 ゆのまえ漫画フェスタ フォトリポート
12
The Monthly
Public Relations
Dec_2022
Vol.498

里宮神社紅葉ライトアップ

11月7日～20日の間、市房山神宮里宮神社（下城）で紅葉がライトアップされました。

紅葉のライトアップは湯前町地域おこし協力隊の片山強さん（43＝上里１）が企画し、同神社が協力。手水には紅葉の葉が並べられ、ことしは風車も設置されました。色鮮やかなライトに照らされ、境内は赤や黄、緑、青などカラフルに。ことしも幻想的な景色が広がっていました。

闇夜を彩る「光」

ゆのまえ
心豊かで、活力があり、未来を創造する町

町章

町の鳥「メジロ」

町の花「ツツジ」

町の木「ヒノキ」

町ホームページ

町公式LINE

町公式instagram

人のうごき 10月

人口：3622人
男：1702　女：1920
世帯：1539世帯
※10月31日時点

結婚おめでとう

土屋 孔史朗（馬場）
福元 彩香（錦町）

塚本 真嗣（福岡県遠賀郡岡垣町）
平田 咲栄（下里）

井本 円（人吉市）
北崎 ゆき（瀬戸口）

ご冥福をお祈りします

右田 シゲヨ（福寿荘）
宮鹿野 珠希（上村）

香典返し

山中 君子（上里１）
宮鹿野 寿志（上村）

INDEX

2022 YUNOMAE MANGA FESTA

「漫画のまち」の一大イベント

2022 ゆのまえ漫画フェスタ フォトリポート

2022ゆのまえ漫画フェスタ（藤本美紀実行委員長）が11月13日に湯前まんが美術館一帯で開かれました。新型コロナウイルス感染症の影響で開催は3年ぶり。メインの声優トークショーやコスプレイベントなどでにぎわいました。

「漫画のまち」として本町を県内外に広くアピールしようと、ことしで29回目の開催。メインは『ガールズ&パンツァー（西住みほ）』や『暗殺教室（潮田渚）』などの作品に出演している人気声優、渕上舞さんのトークショー。トークのほかにも、渕上さんの歌唱曲の紹介や渕上さんが「ゆっくん」の自己紹介の声を担当するなどして、詰めかけた観客らを楽しませました。

ステージでは漫画家らのトークショーや「NPO団体グランド12」・「プロジェクトクマモト」などのダンスパフォーマンスなどもあり、大きなにぎわいを見せました。

1.2_ メインイベントに登場した渕上舞さん 3.4.5.7_ 地元の若者も会場を盛り上げた 6_ ステージ前は多くの観客で埋め尽くされた 8.9.11_ 人気漫画「ONE PIECE（ワンピース）」のコスプレで熊本を盛り上げる「グランド12」 10_ 多くの観客がコスプレ姿を写真に残した 12_ 4人の人気漫画家がステージ上で楽しくトーク 13.14.16_ 町内の子どもたちもイベントに花を添えた 15_ 那須良輔風刺漫画大賞表彰式も開催 17.18_ 会場を大きく沸かせた「プロジェクトクマモト」のパフォーマンス 19_ 尚絅大学の学生らは湯前町との連携の成果を発表

2022 YUNOMAE MANGA FESTA

ステージのほかに、農村環境改善センターには那須良輔風刺漫画大賞応募作品や「赤ちゃんパネル」などを展示。湯前まんが美術館では「那須良輔『風を描く人』展」の展示や「マンガかるた」を準備しました。

尚絅大学生活科学部栄養科学科の4年生14人もコスプレして参加。本町で試験栽培中の水稲「ぴかまる」の認知度向上のため、おにぎりを作って来場者に配り「ヒノヒカリ」と食べ比べしてもらいました。ほかにも、同大学が作成した本町のPR動画を流したり、連携事業をまとめたリーフレットを配布しました。

イベント関係者だけでなく来場者の多くもコスプレしていて、あちこちで写真撮影を楽しんでいました。飲食物や射的などの出店のほか、林業コーナーでの木工体験（イスづくり）や漫画本の寄贈・譲渡会など催され、ステージ外も大きく盛り上がりました。

哄笑
～今と未来をつなぐ架け橋～

1_ 力強い声を響かせた頭 2.11_ 唄も生徒が担当した「浅鹿野棒踊り」 3_ 令和桃太郎とお供たち 4.7_ 優美な舞を披露した「求麻神楽」 5.10_ J-pop のバンド演奏で会場を盛り上げる 6_ 激しく力強い踊りの「東方組太鼓踊り」 8_ いじめっ子から主人公(中央)を守るワンシーン 9_ 1年生はタブレットを上手く使いながら分担して発表

11月12日に湯前中学校体育館で文化祭が開かれ、同校の全校生徒が練習してきた伝統芸能や演劇などを保護者らの前で披露しました。

ことしのスローガンは「哄笑～今と未来をつなぐ架け橋～」。生徒会長あいさつで野口蓮夏さん（3年＝上村）は「ことしは伝統芸能継承活動にさらに力を入れ、練習を積み重ねてきた。伝統芸能を来年・再来年とつないでいき、湯前中学校が『今と未来をつなぐ架け橋』となれればと思う」と話しました。

伝統芸能継承活動では、国・町指定の無形民俗文化財となっている「求麻神楽（国指定）」「浅鹿野棒踊り（町〃）」「東方組太鼓踊り（町〃）」に取り組み、町民の皆さんに指導を依頼。4カ月間練習に励んで披露した伝統芸能は完成度が高く、表情からは真剣さが伝わってきました。

学年ごとの発表で1年生は「集団宿泊教室で学んだこと」と題して、仲間づくりや水俣病講話、環境の大切さなどをプレゼンテーションにまとめて発表しました。2年生は「いじめ」をテーマに演劇を制作。迫真の演技と適度な笑いで観客を引きつけ、友人の大切さを伝えました。3年生は昨年に引き続き「令和桃太郎」をテーマに演劇を制作。令和桃太郎が社会の悪を退治する、という内容で、今回は「ブラック企業」を退治。退治に行くかどうかなど桃太郎が選択を迫られるシーンがあり、人生の選択を控える3年生たちに合った内容となっていました。

11

湯前町職員採用試験
【追加募集】

一次試験

日時 令和5年 **1**月**22**日(日)

午前8時30分～

場所 **湯前町役場 / 保健センター**

※受験者数で場所が変わります

応募期間

12月**12**日(月)～

令和5年 **1**月**4**日(水)

平日の午前8時30分～午後5時

※郵送は当日消印有効

申込方法など、くわしくは①「12月1日発行の旬報」か②「湯前町ホームページ」で確認してください。

湯前町ホームページ

【申込・問合先】湯前町役場総務課
〒868-0621 熊本県球磨郡湯前町1989-1
☎0966(43)4111

◆一次試験内容 ※択一式

程度	区分	出題内容
一般事務	教養試験(高卒程度)	20題:一般知識(時事、社会・人文、自然) 20題:能力(文書理解、判断・数的推理、資料解釈)
	適性検査(事務適性・性格特性)	事務職員としての作業能力(正確さ、迅速さなど)、職務や職場への適応性
	作文試験	文章での表現能力をみる筆記試験

◆資格区分・採用予定人数

※見込みを含むが、採用時までに取得すること

区分	職種	採用予定数	受験資格
高等学校卒業程度	一般事務	2人程度	①昭和57年4月2日～平成17年4月1日生まれの人 ②日本国籍を持つ人 ③地方公務員法第16条各号に当てはまらない人

「省エネ」と「新型コロナウイルス」が受賞

第31回那須良輔風刺漫画大賞

【一般部門】那須良輔大賞

「省エネ!!」

〈審査員コメント〉※原文ママ

とぼけた漫画です。省エネで自動車を自転車でこぐことになった世界。サービスステーションも自転車のタイヤしか置いてません。助手席の女性の顔がとぼけてて、それがこの漫画を成功させています。車体と自転車がどうくっついているのか？自転車だけのほうが速いのでは？といった疑問もこのオトボケ顔がクリア。「自転車をこいでいるのを正面から見たところ」の表現もうまいです。

【ジュニア部門(中学生の部)】那須良輔大賞

「ウイルスたちのリモートワーク」

〈審査員コメント〉※原文ママ

リモートワークの原因になったウイルスがリモートワークとはこれ如何に？よく見ると画面にはオミクロン株の変異株。右横に並んだボタンで最初のアルファ株なども呼び出せそうです。しかし、変異株はどれも苦しそう。そうか！彼らこそ密になって変異するのを恐れてるんだ！見事な発想です。漫画で機械を描くのは実はいちばん大変なのですが、モニターは単純に、マウスは精巧にと描き分けも見事です。

【ジュニア部門(小学生以下の部)】湯前町長賞

「はちさんみつだよ」

河本 悠斗さん(湯前小4年＝中猪)

〈審査員コメント〉※原文ママ

人が密だとあぶないけど、ハチが密だとハチミツだ、という作品。それがどうしたと言いたくなりますが、よく見てください。独特のハチさんたち。6本あるはずの脚もありません。ハチにであったとき人は怖くて脚なんて見てないんです。だからこれでいいんです。彼はこれからゆっくり図鑑を見て学んでいき、大人になっていくのです。

463点の中から選出

まちは「第31回那須良輔風刺漫画大賞」の受賞作品を、10月24日に湯前町農村環境改善センターで発表。一般の部では藤井仁子(さとこ)さん(35＝熊本県)の「省エネ!!」が、ジュニアの部では白川太一(たいち)さん(山江中2年)の「ウイルスたちのリモートワーク」がそれぞれ那須良輔大賞を受賞しました。

今回は全国から463点の応募がありました。前回に続いて応募作品の多数を占めたのは「新型コロナウイルス」「海洋プラスチックごみ」「猛暑」「災害」などをテーマにしたもの。加えて「戦争」をテーマにした作品も多く見られ、ジュニア部門では「自然環境問題」「SNS問題」などを描いた作品も見られました。

審査会は10月15日に鎌倉婦人子供会館で開かれ、漫画家の前川しんすけさん、二階堂正宏さん、カサマツヒロシさんが審査員を務めました。

関係機関と連携を強化

湯前町総合防災訓練を開催

震度6弱の地震に備えて

10月30日、湯前小学校と湯前町民グラウンドをメイン会場として「総合防災訓練」を開催。消防団や自主防災組織、上球磨消防署などが出動し、震度6弱の地震が発生したと想定して訓練しました。

同訓練は「防災体制」と「災害対応能力」の向上を目的に4年に1回開催。今回の主な訓練内容は①住民の安否確認(自主防災組織)、②被害状況調査(消防団・役場)、③避難所開設(役場)、④備蓄食料の準備(婦人会・青年団)、⑤倒壊家屋の住民の救助(上球磨消防署)、⑥防災消防ヘリ着陸準備のための散水(消防団)、⑦孤立集落住民の搬送(熊本県防災消防航空隊)でした。

⑤は地震による揺れで家が倒壊して住民が取り残されているという想定で訓練。上球磨消防署の隊員が役場に配備された重機を使って倒木を撤去し、チェーンソーで屋根に穴をあけて救助に移りました。

⑥では小学校屋上を孤立集落に見立てて、熊本県防災消防航空隊が防災消防ヘリ「ひばり」で4人を救助。「ホイスト」と呼ばれるワイヤーで上空のヘリまで吊り上げ、町民グラウンドに搬送しました。

訓練終了後は小学校グラウンドで、ひばりや消防・救急車両などの展示もしました。会場には多くの観客が詰めかけ、滅多に近くで見ることができない機体や訓練に目を輝かせていました。

1_ 着陸できない場所での救助で用いる「ホイスト救助法」 2.9_ 救助する人もされる人もケガしないように日々訓練 3_ 短時間で避難所を開設できるように組立訓練 4_ ひばりの機能などの説明も 5_ 自主防災組織と消防団が連携して住民の安否・地区内の被災状況を把握 6_ 防災用の調理器具を試す 7_ 目標地点にヘリを誘導 8_ ヘリの着陸で砂が巻きあがらないように散水

Topics

モットーは「他宗派を批判しない」

宗派の壁を越えて協力
神社仏閣ワーキング会議開催

神社仏閣ワーキング会議が11月8日に明導寺で開かれ、各寺院の住職や人吉球磨観光地域づくり協議会業務執行理事など11人が出席。翌年に開催予定の「三日月詣」と「花フェス」の打合せなどをしました。

同会議は年に5～6回ほど、イベントの打ち合わせなどのために開催。「仏教で人吉球磨地域の観光を盛り上げる」を合言葉に、どうしたら神社仏閣に足を運んでもらえるか、各寺院の住職たちが宗派の壁を越えて話し合いをしています。

今回の会議では「補助金に頼らず自主運営でイベントを続けていくためのアイデアも必要では」など、先を見据えた意見も出されました。

人吉球磨と神社仏閣の未来を見据えて

「Yes！」

海外の児童とともに授業
興達國民小学校とのリモート交流会開催

湯前小学校の5年生が11月7日、台湾の興達國民小学校(高雄市)の5年生とオンラインで交流しました。

同授業は熊本県と友好な関係を築いている高雄市からの希望で実現。同校は昨年度から交流を続けていて、今後も交流授業が予定されています。

好きな朝食の紹介では、湯前小はどこの国の朝食かクイズ形式で紹介。回答に対して「Yes！」「No！」と笑顔で返していました。ほかにも日本語・中国語を混ぜて歌を歌ったり、文房具を使ってクイズを出し合うなど交流。最後には画面越しに一緒に記念撮影もしました。

英語・中国語の勉強に合わせ、外国との交流もできた貴重な授業に、児童らは満面の笑みを浮かべていました。

画面越しに交流を深めた児童たち

中学生など子どももたくさん参加

みんなで線路をきれいに
くま川鉄道沿線除草作業

10月23日、くま川鉄道沿線の除草作業に町民や町内の事業所関係者など264人が参加しました。

線路の保護と景観保護のために計画したボランティア作業で、ことしで3回目。湯前駅～新鶴羽駅間の草刈りや草むしりのほか、フェンスに絡まったツタを取ったり、ホームに花を植えたり、ごみ拾いなどもしました。作業には中学生など子どもも多く参加。分担して取りかかり、作業は1時間ほどで終了しました。

くま川鉄道は令和2年7月豪雨で第四橋梁が流されたり、車両すべてが浸水するなどの被害を受けました。令和7年度中の全線復旧が現在の目標。全線復旧への願いを込めて、みんなで線路をきれいにしました。

作業を分担して短時間できれいに除草

オープニングに歌で共演した6年生

創造・想像力の育成のために
湯前小学校でオペレッタ劇団が巡回公演

10月20日、湯前小学校で巡回公演があり「オペレッタ劇団ともしび」が児童らの前で劇を披露。オープニングでは同校の6年生児童が歌で共演しました。

同公演は、文化芸術を鑑賞・体験させることで子どもの豊かな「創造力・想像力」の育成につなげることを目的に開かれたもの。団体の選定は文化庁がしています。

今回の劇の演目は朝鮮半島が舞台の物語「トラの恩がえし」。木こりに命を救われたトラが生涯をかけて恩返しをするという物語で、劇の後には韓国・朝鮮の大道芸も披露されました。公演を鑑賞した椎葉一翔さん(3年＝中猪)は「トラが命を懸けて恩返しをするという物語に感動した」と話しました。

劇団員の迫真の演技に児童らは大きな拍手を贈った

「地域とともにある学校」を目指して
地域学校協働本部のはたらき

湯前小の5年生が稲刈りを体験
1 いざ収穫！

1_ 力強く一気に 2_ 手刈りの説明を真剣に聞く児童ら 3_ 真っ直ぐ進めてるかな…？

10月24日、湯前小学校の5年生が上里1区内の田んぼで稲刈りを体験。町内の農家（JA青壮年部・女性部）も駆けつけ、手刈りの指導やコンバインの試乗の補助などしました。

ことし6月に同児童らが植えた苗は台風にも負けず大きく成長し、立派な穂をつけていました。児童らは2班に分かれ、手刈りとコンバインの試乗を交代で体験。合図に合わせて一斉に手刈りを始めた児童らは「楽しい」と笑顔を見せながら、ものすごい勢いで刈り進めていきました。

コンバインの試乗では刈り残しがないように、慎重に真っ直ぐ運転。手刈りのときの笑顔から一転、集中して前だけを見ていました。

稲刈りを体験し、荒嶽大翔さん（田上）は「手刈りで1回で切れたときがうれしかった」、春日ひおりさん（中里2）は「コンバインの運転では真っ直ぐ進むことができたと思う」と笑顔で話しました。

湯前中の1年生がボランティアでお手伝い
2 「地域のために」と校外活動

1_ 地域の人との交流の機会になりました 2.3_ 楽しみながらもしっかり活動 4_ 明るく、かわいらしい看板を制作

11月5日、湯前中学校の1年生が町内でボランティア活動をしました。

同日、2・3年生は文化祭に向けて伝統芸能の練習の真っ最中。例年であれば2・3年生の練習を見学していた1年生ですが、地域とのつながりや地域への貢献のためにボランティア活動を計画しました。

当日は2班に分かれ、湯前町B&G海洋センターの清掃活動と「地域活動支援センターかぼちゃの家」（上里3）の看板制作をしました。清掃活動では除草作業や倉庫の片付けなどを、看板制作では同センターの皆さんを中学校の美術室に招き、制作の様子を見てもらいました。

1年生は9月に発生した台風14号の通過後に、暴風で荒らされた里宮神社清掃するというボランティアもしていました。地域の人から教えてもらうばかりではなく、地域のために活躍できる生徒を目指し、少しずつ成長しています。

地域の共助を強める「支え合いマップ」
ささえ愛で心温まる福祉づくり

地区の現状や様子を次々に話す

分かりやすく色分け

11月14日、山ノ口公民分館で「第2回支え合いマップ作り説明会」が開かれ、同地区の役員や民生委員などが参加。第1回目でマップ作りの目的などの説明があり、今回から作業に取りかかりました。

まちは全地区での支え合いマップ作りを計画していて、本年度、山ノ口地区をモデル地区に選定。同マップは「支援が必要と考えられる人」と地域住民の関わりをマップに書き込むことで、支え合いの状況や支援できていない状況を把握し、地域の課題を見つけるために作成します。ただ要援護者に印をつけるだけでなく、地域福祉や福祉の実態を目に見える形にすることが目的です。

今後さらなる人口減少と高齢化率上昇が予想される中、地域福祉は「公助（公的サービス）」だけでは対応できなくなります。「共助（地域が支え合う力）」と「自助（自分で自分を助ける力）」が必要です。孤立・孤独の問題や日常生活上のごみ出し・買い物の不便など、地域の課題に対応していくために「住民の支え合い（共助）」を強める必要があります。

今回の作業では「一人暮らしの高齢者（男女別）」や「高齢者のみの世帯」など、支援が必要と考えられる世帯を色付け。同地区内にいる「親戚」や「近所付き合いがある世帯」などの支援ができる世帯と線で結び、関係を把握しました。作業中は、それぞれ知っている情報を共有し、地区の現状を把握。課題も挙げられました。

次回からは課題の解決策や日常の支え合い・災害時の助け合い方法などを話し合い、活動につなげていきます。

Information

本町出身者から「くま川鉄道株式会社」に寄附

10月28日、本町出身の藤田栄子さん（兵庫県姫路市）から、くま川鉄道株式会社取締役社長の永江友二さんに寄附金（75万円）が手渡されました。

藤田さんは15歳まで本町で生活。就職を機に姫路市に移住しました。今回の寄附は藤田さんの叔父にあたる故椎葉勇さんの財産が原資。令和2年7月豪雨で大きな被害を受けた同鉄道の復興のために、少しでも力になれればと寄附を決心しました。

藤田さんは「復興のために使ってもらえれば叔父も喜んでくれると思う」、受け取った永江社長は「有効に使わせていただく。全線運行再開まで私たちも一生懸命頑張りたい」と話しました。

ふるさと湯前町で寄附金を手渡す藤田栄子さん

芯から体を温める方法とは？

冷え症改善におすすめの生活習慣と運動

冷え性の改善には「食事」「入浴」「睡眠」の３つの生活習慣を見直すことが必要。代謝の向上に効果がある運動も習慣化することで、より温まりやすい体をつくることができます。

今回は冷え性を改善するための生活習慣と『温活』におすすめの運動方法を紹介します。紹介する方法以外にも服装を工夫したり、サウナに入ったりと、温活にはさまざまな方法があります。簡単なものから取り組んでみましょう。

地域活性化起業人
大森 健宏

1 生活習慣を見直しましょう

【食事習慣の見直し】

①３食しっかり食べて栄養をバランス良く取る

毎日３回の食事をきちんと取らないと、体を温めるためのエネルギーを生み出すのに必要な栄養が取れず、体温を維持する働きが低下し、体が冷えやすくなります。抜いてしまいがちな朝食ですが、少量でも食べることで午前中から体温をキープすることができます。体を温める効果があるショウガやトウガラシなどの食べ物を、積極的に取り入れるのもいいでしょう。

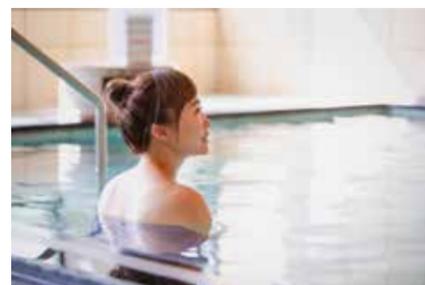
②起床したらコップ1 杯の白湯を飲む

人は睡眠中にたくさんの汗をかきます。朝起きたときの体は水分不足の状態なので目覚めの水分補給は欠かせません。起床後の水分摂取は血流を良くするだけでなく代謝の向上にもつながります。胃腸を温めるためにも飲むのは水ではなく白湯が◎。体を温める効果があるショウガやシナモンのパウダーを加えるのもおすすめです。

【睡眠習慣の見直し】

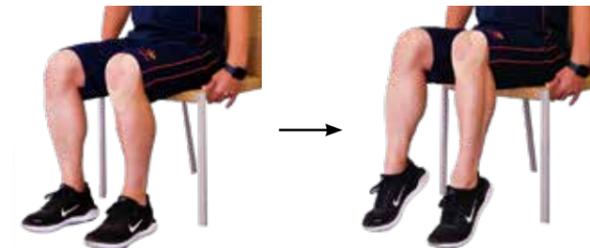
体を冷やさないためには質の良い睡眠を取り、自律神経を整えることが大切。毎日の入眠時間をそろえてしっかり眠りましょう。規則正しい生活にすれば自律神経も整いやすくなります。寒いときは、体を温めすぎてしまう電気毛布よりもじんわりとした保温効果がある湯たんぽがおすすめです。

【入浴習慣の見直し】

体を芯から温めるために湯船に浸かることをおすすめします。

2『温活』におすすめの運動

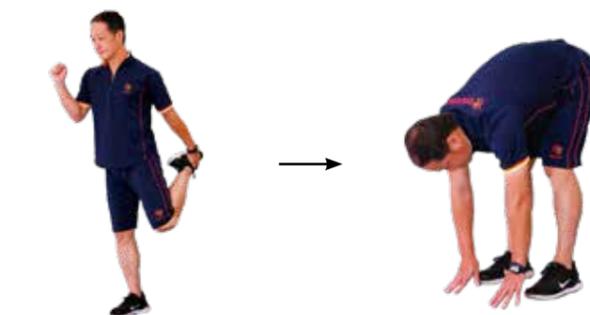
冷え性の改善には、大きな筋肉が多い下半身を重点的に鍛えることや入浴後のストレッチが効果的。筋肉がほぐれて血液の循環が良くなり、代謝も向上するため、冷えにくい体づくりにつながります。

■ふくらはぎのエクササイズ

椅子に座った状態で、かかとを上げ下げするだけでもエクササイズになります。デスクワーク中やテレビを見ているときなどに、積極的に取り組みましょう。

■太もものストレッチ

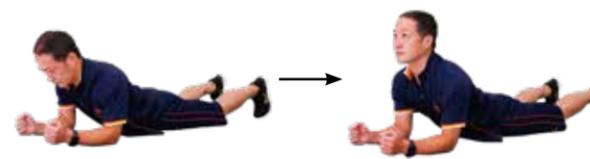
太ももには大腿四頭筋（だいたいしとうきん）やハムストリングなどの大きな筋肉が集まっています

1 立ったまま左手で左足首を持つ。かかとをお尻につけるように持ち上げ、20 秒間キープ

2 左右両方したら、前屈をして太ももの裏側を伸ばす

■おなか周りのストレッチ

おなかの冷え予防に効果的

1 うつぶせに寝た状態で肩の真下にひじを置き、骨盤を床にぴったりとつける

2 上半身を少しそらせて20 秒間姿勢をキープする

■イスを使ったスクワット

デスクワークなどで体を動かすことが少ない人は、仕事の合間や休憩時間に取り組むと◎。イスを使った負荷が小さいスクワットから取り組み、慣れてきたらイスなしのスクワットに変えて回数やセット数を増やして負荷を高めていきましょう

1 イスの後ろに立って背もたれに軽く手を添える。足は肩幅くらいに開く

2 背筋を伸ばしたまま股関節とひざを同時に曲げ、ひざがつま先よりも前に出ないように注意しながら、ひざが90 度になるまで４秒かけて腰を下ろしていく

3 ４秒かけて元の姿勢に戻す

4 １日１セット（10 〜15 回）を目安に取り組む

〈Point〉

太ももやお尻の筋肉への負荷を意識しながら、背中が丸くならないよう目線をまっすぐ前に向けましょう

■脇腹のストレッチ

脇腹のストレッチは体幹強化やウエストのくびれづくりにもおすすめです

1 立った状態で左腕をまっすぐ上げて上半身を右に傾けていき、脇腹を伸ばして20 秒間キープする

2 元の姿勢に戻し、左右交互に繰り返す

NEWS 1
絵本の世界をパッチワークで再現
那須良輔『風を描く人』展

1.3_ 手乗りサイズの「かえる・たにし人形」2_ 今回のコラボテーマとなった絵本 4.5.6_ 展示中のタペストリー

湯前まんが美術館で開催中の「那須良輔『風を描く人』展」。マンガ『那須良輔物語—風を描く人』の名場面とともに、那須先生のマンガ原画などを鑑賞できる展覧会で、本町のパッチワーク愛好会「ひなの会」(姉川美恵子代表)とのコラボ展示もしています。

ひなの会はひな飾りやさまざまな手縫いの作品を制作。「干支をモチーフにしたひな飾り」を作るために、手芸を学ぶ生涯学習教室の講師と受講生らによって平成14年に発足した実行委員会が、ひなの会の前身です。「和服の古布」を使って、すべてを手作りするのが作品の特徴。ひなの会は毎年、ふれあい交流センター湯～とぴあでひな祭り展を開いています。かわいらしい飾りや生き物たちの姿が大変好評です。

今回のコラボでは、那須先生が描いた絵本『かえるのあまがさ』に出てくる「かえる」と「たにし」のぬいぐるみと、絵本の各ページをもとにしたタペストリーを制作してもらいました。手に取ってみると、一針一針縫いあげられた繊細な技術に驚かされます。那須先生の作品だけでなく、まちの宝と言える、ひなの会の作品も楽しめる展覧会です。ぜひ遊びに来てください!

NEWS 2
那須先生の作品画像を無料で利用可能

まんが美術館に収蔵されている那須先生の作品画像を商品やポスターに利用できます。商用・非商用を問わず無料で利用可能。利用したいときは申請書を教育課に提出してください。くわしくは教育課に問い合わせるか、まんが美術館ホームページで確認してください。

教育課 ☎0966(43)2050

「鮎の塩焼」

NEWS 3
ようこそ『風を描く人』の世界へ
湯前小・中学校の児童生徒が来館

「那須良輔『風を描く人』展」の開催から早くも1カ月半が経過。湯前小・中学校の児童生徒の皆さんも遊びに来て、マンガの世界に飛び込んで那須先生の人生を追体験しました。

地域おこし協力隊 高橋 颯希(さつき)

地域おこし協力隊 中尾 章太郎

【第3回】『風を描く人』内容紹介
〈第4章〉軍隊時代②

中国武漢戦線で生き残った那須先生は帰国後、5歳年下の美代さんと結婚。マンガの仕事も軌道に乗り、あと1週間で子どもが生まれるというタイミングで、なんと3度目の召集令状が届きます。政府への怒りと「俺は絶対に死なない」という決意を胸に、那須先生は再度戦地へと旅立ちました。

2年後、召集解除となった那須先生。無事に帰国し、家族とともに疎開していた湯前町内の実家で終戦を迎えます。終戦直後はマンガの仕事もなく実家の農業を手伝っていた那須先生ですが、熊本日日新聞社からの誘いで子ども向け4コママンガ『Pチャン』の連載を始めます。

熊本での生活を安定させた那須先生は単身上京。東京にはマンガの仕事があふれていて、子どもものやナンセンスもの、政治もの…さまざまなマンガを描きました。

マンガ家仲間に誘われ、鎌倉への引っ越しを決意した那須先生。後に親交を深める文芸評論家、小林秀雄さんの旧宅を格安で購入し、妻子とともに移住しました。自然豊かな鎌倉は那須先生の第二の故郷となりました。

7.8_ ふるさとの偉人を学ぶ 9_ 展示中の『Pチャン』スクラップ 10_ 鎌倉での那須夫婦記念写真 11_ 戦地の那須先生 12_ 3度目の召集令状に怒りが爆発

図書だより

今月のおすすめ

中央公民館図書室 ☎0966 (43) 2050
平　日 AM8:30～PM5:00
土日・祝 AM9:30～PM5:00

スカンダーと奪われたユニコーン

A・F・ステッドマン(著)など
潮出版社

スカンダーはいじめられっ子だが心優しく、ユニコーンライダーに憧れる13歳の男の子。13歳でライダー試験を受ける権利が与えられるが、スカンダーは試験会場に入ることすらできず、理由もわからず追い返され…

千年の読書 人生を変える本との出会い

三砂 慶明(著)
誠文堂新光社

本には人生を変えるほどの力があります。なぜ人生を変えるほどの大きな力があるのか。どうしたらそんな本に出会うことができるのか―。本を通した世界の見方や「人生を変える一冊」に巡り合うためのヒントを紹介します。

きょうから使おう 英語で熊本弁

武田 修幸(著)
熊本日日新聞社

2020年12月から熊本日日新聞朝刊に連載した「きょうから使おう 英語で熊本弁」が書籍化！200語以上の熊本弁を英訳し、例文付きで紹介しています。新聞未掲載の単語や熊本の郷土料理「からしれんこん」「いきなりだご」を英語で紹介するコーナーも収録。必読です！

なぜ戦争はよくないか

アリス・ウォーカー(著)など
偕成社

常に弱者の立場から社会に問いかけてきたアリス・ウォーカーが、2001年9月11日のテロに対する自国アメリカの報復の現実を知る。「戦争」が何なのか分からないままに巻きこまれ、傷つく子どもたちを増やしたくない―。アリスの強い思いが込められた一冊。

管理栄養士だより

体の中から「冷え」予防！

参考：農林水産省HP

　寒さが厳しくなる季節。「手足が冷えて眠れない」「体が温まりにくい」などの悩みも多いのではないでしょうか？今回は「冷え」を予防するのにおすすめの体を温める食品やレシピなどを紹介します。

■冷えの原因

体が冷える主な原因は「血行不良」。血液の循環が悪くなると手足の先まで血液が届きにくくなり、冷えにつながります

■血行不良の原因の例

・栄養バランスが偏った食事
・運動不足による筋力低下
・ストレスなどによる自律神経の乱れ
・体を強くしめつける下着や露出の多い服の着用

■体を温める食材の例

寒い地方でとれた食材や冬が旬の食材は体を温めます
・大根、にんじん、れんこんなどの根菜類
・しょうが、にら、ねぎ、にんにく、トウガラシなどの香辛料

Recipe
豚肉と水菜のとろろ鍋

〈材料(2人分)〉
豚肉(しゃぶしゃぶ用)…200㌘
水菜…100㌘　長ネギ…1本
しめじ…大1パック(約200㌘)
長芋…200㌘　昆布だし…600cc
ポン酢しょうゆ…適量
ゆずこしょう(七味唐辛子)…適量
ごはん…茶碗2杯　卵…1個

■作り方

①水菜はざく切り、長ネギはななめ切り、しめじは石づきを落としてほぐす。長芋は皮をむいてすりおろす
②鍋に昆布だしを入れて温め、水菜・長ネギ・しめじを加え、火が通ったら豚肉を加えて火を通しながら長芋を加える
③ポン酢しょうゆ・ゆずこしょう(七味唐辛子)を煮汁で割りながら具をつけて食べる
④シメにごはんを加え、さっと煮て、溶き卵を加える

管理栄養士　田中 朋子

保健師だより

冬こそ大切！水分補給を心がけましょう

　暑い時期に水分補給を心がける人はたくさんいると思います。夏に頑張った水分補給を寒くなってやめてしまったという人は要注意です。
　私たちの体にとって「水」はとても大切です。水分補給が足りないと脱水状態となり、動脈硬化がもとで閉塞性血栓ができて「心筋梗塞」を起こしたり、夏の脱水と冬の運動不足から脳梗塞につながったりすることがあります。ほかにも、エコノミークラス症候群などの予防のために水分補給は大切です。

参考：厚生労働省HP「健康のために水を飲もう」推進運動

〈水の正しい飲み方〉

①のどの渇きを感じる前にこまめに水分補給
のどの渇きは、すでに脱水が始まっている証拠。就寝前後やスポーツ時、入浴前後に水分を取るよう心がけましょう

②あとコップ２杯
多くの人は水分摂取量が足りていません。一日に必要な水の量を確保するために、今よりコップ２杯分多く飲みましょう

③ビールでは水分補給になりません
アルコールやカフェインを多く含む飲み物は尿の量を増やすため、飲んだ以上に体の水分を出してしまいます。スポーツや仕事の後の１杯はおいしく感じますが、汗をかいているため、より脱水を起こしやすくなります。アルコールではなく水などでしっかり水分補給をしましょう

保健師　野々原 亜紀

環境情報

食品の廃棄を減らすには？

　「食品ロス」とは本来食べられるのに捨てられてしまった食品のことです。日本では１年間で522万㌧※、国民一人当たり41㌔※もの食品が無駄に捨てられています。

※令和２年度推計値

■食品ロスを防ぐために

①食べきれない量の食品を買わない
②食べきれる分だけ調理する
③余った食材はできるだけ調理して使い切る
④食べきれなかった食材は冷凍などして保存する
⑤外食時は食べきれる量を注文する
⑥買いすぎた食品や余った贈答品はボランティア団体などへ寄付する

〈３切る運動でごみ減量を！〉

「食材を使い切る！ 料理を食べ切る！生ごみの水を切る！」

※まちが負担するごみ処理費用は「ごみの重さ」で決まります。ごみを少しでも軽くしましょう

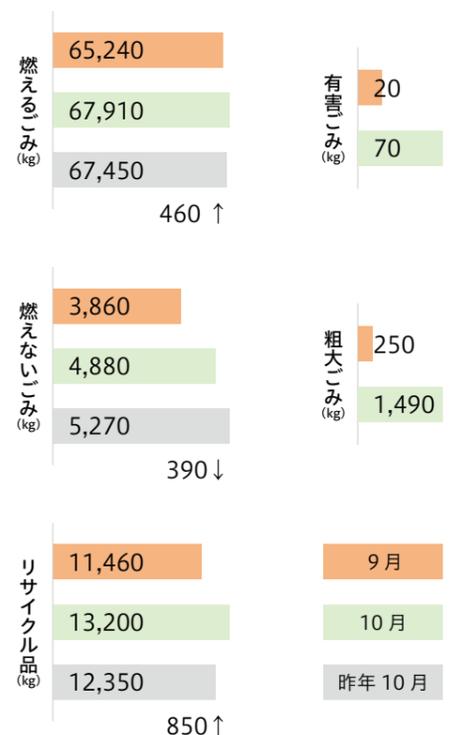
【12月】不燃物収集

7日	21日
(第１水曜)	(第３水曜)

※21日の収集が年内最後です

10月の一人当たりのごみの量は…
20.53kg
(先月から1.42kg↑)　※リサイクル品を除く

種類	9月	10月	昨年10月	増減
燃えるごみ(kg)	65,240	67,910	67,450	460↑
有害ごみ(kg)	20	70		
燃えないごみ(kg)	3,860	4,880	5,270	390↓
粗大ごみ(kg)	250	1,490		
リサイクル品(kg)	11,460	13,200	12,350	850↑

子育てサークル日記 － Circle －

楽しく遊べる「赤ちゃんアスレチック」

フォーリーブス

■**活動** 月～金曜日
■**対象** 未就学児の親子
■**時間** 午前10 時～午後３時
■**申し込み** ※要事前連絡
慈光こども園 ☎0966（43）2180

11 月24 日の活動には８組の親子が参加。「赤ちゃんアスレチック」で楽しく体を動かしました。

部屋の中にトンネルやすべり台、トランポリンなどを設置。おもちゃも準備し、赤ちゃんたちが楽しく遊べる場所を作りました。ママたちとたくさん遊びまわった赤ちゃんたち。遊びに夢中でも、撮影にはしっかりカメラ目線で答えてくれました。

保育士の皆さんの子どもたちへの接し方がとても優しいと感じました。親だけでの制作活動など、子育て以外のことに集中できる機会もあり、リフレッシュできます。

北原 実咲希（みさき）さん（人吉市）
旭（あさひ）ちゃん

編集後記

▼３年ぶりに「ゆのまえ漫画フェスタ」を開催することができました。たくさんの人がコスプレで来場。大いにイベントを盛り上げてくれました。コスプレするのはとても苦手な私ですが、知り合いの子どもたちなど、たくさんの人たちと写真撮影ができて良い思い出になったのは事実。来年も心を無にして何者かになりきります。来年の私の姿に乞うご期待！（岩）

iPhone

Android

スマートフォンアプリ「マチイロ」でも広報湯前を読むことができます。
※アプリのダウンロード・登録は無料、通信料は利用者負担

婦人会だより － Women's Association －

２年ぶりに会員研修を開催しました！

■ミニバレーボールで交流

11 月13 日、あさぎり町深田高山総合運動公園体育館で「第17 回球磨郡婦人会ミニバレーボール大会」が開かれました。球磨郡内から12 チーム、本町からは２チーム参加しました。選手の皆さんには最後までケガなく頑張っていただきました。

■熊本城の見学に行きました

11 月20 日には湯前町婦人会会員研修をしました。新型コロナウイルス感染症の影響で２年ぶりとなった今回は、熊本城の見学に行きました。

平成28 年の熊本地震で瓦の落下や石垣の崩落、建物の損傷など大きな被害を受けた熊本城。工事が進められ、令和３年３月に天守閣の復旧が完了しました。

研修では「くまもとよかとこ案内人の会」の角田光明さんにガイドをしてもらいながら見学。晴天にも恵まれ、充実した研修となりました。

地域婦人会 会長
苗床 由美

B&G 活動 － Sports －

B&G 海洋センターに遊びに来てください！

B&G 海洋センターでは季節に合わせて施設内の飾りつけをしています。ロビーの壁や天井は10 月にはハロウィン一色になり、お化けやカボチャなどのオーナメント※が利用者をお迎えしていました。

オーナメントは画用紙や布を使った手作りで、ロビーが明るくにぎやかになるように、四季を感じられるようにとの願いを込めて制作。飾りつけられた壁は写真スポットとしても楽しめます！

海洋センターのロビーはコミュニティースペースとして使えるよう、机やイスのほかに幼い子どもたちが遊べるキッズスペースがあります。運動に関する本やマンガもありますので、ぜひ海洋センターに遊びに来てください！

※オーナメント＝飾り

今後はゆる～く少しずつクリスマスに向けて飾っていきます

B&G 海洋センター 安井 佳奈

Yunomae 広報湯前 Since1962.
12 Dec 2022 Vol.498
令和4年12月1日発行第498号 編集・発行/湯前町役場総務課 〒868-0621 熊本県球磨郡湯前町1989-1 TEL:0966(43)4111 HP:https://www.town.yunomae.lg.jp/ 印刷/(有)ソーゴーグラフィックス

ゆのびと

#6 黒木 聡真さん
Souma Kurogi

『攻める姿勢』を貫き通し、掴んだ頂点――

強豪校での努力が結果に

10月27・28日に西原商会アリーナ（鹿児島アリーナ）で「第70回鹿児島県高等学校新人柔道競技大会」が開かれ、上里3区出身の黒木聡真さん（鹿児島情報高2年）が男子66キロ級に出場。24人でのトーナメントを勝ち上がり、見事に頂点を掴み取りました。

黒木さんは6歳のときに湯前少年柔道クラブ（藤岡教顕監督）で柔道を始め、中学でも柔道部で汗を流しました。鹿児島情報高校柔道部に所属している先輩からの誘いが同校への進学のきっかけ。中学2年生のときに人吉球磨地域の大会で優勝したのが進学前の最高成績だったそうで「高校でも柔道を続けてみよう」と、チャレンジする気持ちで強豪校への進学を決めたそうです。

「『攻める姿勢』が優勝につながった」と県大会を振り返った黒木さんは、11月19・20日に沖縄県立武道館で開かれた「第26回九州高等学校新人柔道大会」に出場。九州各県の予選1位・2位の選手、16人で頂点を争いました。黒木さんは初戦に宮崎県代表選手と対決し、健闘するも敗退。「九州大会のレベルの高さを感じた。自分の柔道ができなかった」と唇を噛みました。

周りの人の支えを力に

翌年の「全国高等学校柔道選手権大会」と「全国高等学校総合体育大会」への出場を今の目標としている黒木さんは、得意技の背負い投げに磨きをかけるために研究を重ねています。「周りの人たちの支えが必要だから、柔道をする中で『礼儀』と『周りの人への態度』を大切にしている」と話す黒木さん。周りの人たちの支えを力に、目標達成に向けて一歩ずつ歩みを進めます。

町民憲章
Town's People Charter

一.健康で心豊かなまちをつくりましょう
一.平和・勤勉・明朗なまちをつくりましょう
一.自然を人を郷土を愛するまちをつくりましょう
一.活力があり未来あるまちをつくりましょう

私たちは湯前町民であることに誇りを持ち、豊かで明るく住みよい町にするために町民憲章をここに定めます。

12月の表紙

待って、待ってー

11月15日に開かれた里宮神社の秋祭りで3年ぶりに「紙はさみ」があり、境内には多くの子どもたちの笑い声が響いていました。挑戦者は風に揺られる紙を必死に追いかけまわしていました。

撮影場所　市房山神宮 里宮神社

見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。